

# Roulé aux courgettes, cheddar & chorizo

*Pour 6 personnes*

*Préparation : 20 min - Cuisson : 18 min - Réfrigération : 3h*

## Ingrédients :

- 3 petites courgettes (700g)
- 30g d'huile d'olive
- 5 œufs
- 40g de crème fraîche entière épaisse
- 50g de farine
- 10g de persil
- Sel & poivre
- 8 tranches de cheddar
- 12 tranches de chorizo



*Ustensiles spécifiques : deux saladiers, une poêle, une mandoline, une spatule, film alimentaire, une plaque aluminium perforée, un cadre rectangulaire en silicone (flexipan plat) et une toile siliconée.*

## Réalisation :

- Tailler les courgettes en julienne à l'aide de la mandoline.
- Dans une grande poêle, verser l'huile et saisir la julienne de courgettes 3 min à feu vif.
- Débarrasser dans un saladier.
- Dans un autre saladier, battre les œufs avec la crème fraîche et incorporer la farine.
- Verser le tout sur les courgettes et mélanger.
- Assaisonner avec le sel, le poivre et le persil.
- Préchauffer le four à 200°C et placer le cadre rectangulaire en silicone sur la plaque perforée.
- Répartir la préparation dedans et faire cuire 15 min.
- Démouler le roulé aux courgettes sur une toile siliconée.
- Déposer les carrés de fromage et recouvrir de tranches de chorizo.
- Rouler le tout et serrer dans du film alimentaire.
- Remettre 5 min au four et déguster sans attendre.

*Bon appétit !*